

PASSION

PRIÈRE 40 JEÛNE

PRIÈRE ET JEÛNE
AVANT PÂQUES

DU MERCREDI 18 FÉVRIER 2026
AU DIMANCHE 5 AVRIL 2026



PLUS AVEC
MOINS

PLUS AVEC MOINS

« L'ÂME GÉNÉREUSE SERA COMBLÉE, CELUI QUI ARROSE SERA LUI-MÊME ARROSÉ. »

PROVERBES 11, 25 SG21



PLUS AVEC MOINS

Pâques approche. C'est la célébration de l'apogée du Royaume de Dieu, entré dans ce monde il y a 2000 ans en la personne de Jésus-Christ. Nous nous y préparons en faisant consciemment de la place à Dieu dans notre vie durant les semaines qui précèdent Pâques. Ce cheminement nous fait passer par des étapes surprenantes, qui décrivent une réalité bien différente : celle du royaume de Dieu.

STOP : « La force réside dans le calme », dit-on si joliment. Mais le calme apporte bien plus encore. Il nous permet d'être dans les bonnes dispositions pour découvrir Dieu et sa nature afin de recevoir ce qu'il veut nous offrir.

MOINS : Ce don de Dieu commence souvent par une prise de conscience : nous n'avons pas besoin de toutes ces choses que nous croyons indispensables. En échange, nous recevons des trésors insoupçonnés.

DIFFÉRENT : Ces trésors sont bien différents de nos « objets de valeur ». Nous réalisons que le royaume de Dieu fonctionne différemment, et c'est précisément pour cela qu'il nous interpelle et qu'il nous enrichit !

PLUS PROFOND : Notre conscience d'être dépendants de Dieu de tout notre être, avec tout ce que nous sommes et avons, s'en trouve enrichie. Nous réalisons que nous ne sommes pas les capitaines de nos propres navires, mais que nous pouvons nous laisser guider par Lui.

RENVERSEMENT : La direction que Dieu indique est propre à chacun, mais il nous amène tous à un point commun : la conversion. Une réorientation. Un changement de direction. Une nouvelle façon de penser.

PLUS : Cette façon de penser, de croire et d'agir, désormais alignée sur le Royaume de Dieu, nous ouvre les yeux sur une réalité : Dieu surpasse tout. Il est toujours PLUS.

TOUT ou RIEN : C'est ainsi que nous arrivons à la semaine de la Passion, où les paroles de la Bible nous mettent au défi de tout miser sur une seule carte : Jésus-Christ.

Es-tu prêt à t'engager dans cette voie ? Nous te souhaitons un temps de prière et de jeûne 2026 béni !

Stefan « Sent » Fischer
Alliance biblique suisse (BLB)

PS : Sauf indication contraire, les passages bibliques sont tirés de la Segond 21.

STOPP

MERCREDI 18 FÉVRIER | Ps 46,10 JND « Tenez vous tranquilles, et sachez que je suis Dieu ! » Être tranquille. Respirer profondément. Se reposer. Et reconnaître qui se tient face à moi : Dieu lui-même. Lui qui était, qui est et qui vient (Ap 1,8). Peu importe l'agitation de mon âme, peu importe les vagues qui déferlent sur mon quotidien, Dieu est là. Un Dieu inébranlable, qui me donne une direction, une sécurité et un réconfort. Auprès de Lui, mon âme s'apaise. Seigneur, aide-moi aujourd'hui à reconnaître qui tu es. Dans le silence, fais-moi entendre ta voix. *MB*

JEUDI 19 FÉVRIER | Mc 6,31 BDS « Jésus dit à ses disciples : « Venez avec moi, dans un endroit isolé [tranquille] et reposez-vous un peu. » Quand Jésus dit « Viens avec moi ! », il t'invite à l'accompagner, à le suivre dans un endroit tranquille et calme. T'autorises-tu à rester simplement auprès de Dieu pour te reposer ? À passer du temps avec Lui, sans programme ni performance ? Auprès de Dieu, tu n'as rien à faire, tu peux simplement recevoir. Remets-lui ta liste de choses à faire, qu'elle soit pratique ou spirituelle, et détends-toi. Profite de Sa présence, rien que lui et toi, en tête-à-tête. *MB*

VENDREDI 20 FÉVRIER | Hab 2,20 NFC « Mais le Seigneur se tient dans son saint temple. Que chacun sur la terre fasse silence devant lui. » La sainteté de Dieu surpasse tout. Devant sa gloire, le monde entier se tait. Peu importe les questions qui t'agitent, peu importe ce que le monde exige de toi : dans la présence du Seigneur, le silence et la véritable paix s'installent. Merci, Seigneur, de venir habiter en moi et de faire de moi ton temple. Toi en moi et moi en toi. Révèle-moi aujourd'hui ta gloire et ta sainteté. *MB*

SAMEDI 21 FÉVRIER | Job 40,7 « Mets donc une ceinture autour de ta taille comme un vaillant homme ! Je t'interrogerai et tu me renseigneras. » Après que Job a déversé ses plaintes, Dieu lui répond et lui révèle sa grandeur et sa puissance. Là où les humains atteignent vite leurs limites, Dieu, lui, est loin d'être au bout de ses ressources. Combien de fois pensons-nous tout maîtriser et avoir la solution, alors que lui seul est souverain ? Aujourd'hui, laisse-toi toucher à nouveau par sa toute-puissance et fais silence comme Job, en réalisant : Toi seul Seigneur, en es capable ! *MB*

DIMANCHE 22 FÉVRIER | Ps 37,7a JND « Demeure tranquille, [appuyé] sur l'Éternel, et attends-toi à lui. » Ressens-tu de la joie que procure l'action de Dieu ? Ce n'est pas une promesse lointaine : il agit maintenant ! Il est parfois difficile de ne pas céder à l'activisme quand on désire quelque chose de tout son cœur. Pourtant, dans le Royaume de Dieu, tu as le droit d'attendre, d'ouvrir ton cœur, de t'émerveiller, de témoigner, de célébrer et d'honorer Dieu car tu sais que c'est lui qui agit. Prie pour avoir les yeux spirituels ouverts afin de percevoir l'œuvre de Dieu aujourd'hui dans ton quotidien. Attends-toi à être surpris ! *MB*

MOINS

LUNDI 23 FÉVRIER | Ps 37,16 « Mieux vaut le peu du juste que l'abondance de nombreux méchants. » En lisant ce verset, je me demande de quoi ma vie est remplie, voire encombrée — non seulement sur le plan matériel, mais aussi dans mon agenda. Qu'est-ce qui prend de la place ? Qu'est-ce qui a la priorité ? Dans la densité du quotidien, qui devient vite trop chargé, l'appel à lâcher prise se fait entendre : rayer des choses, remettre en question nos habitudes ou réévaluer la nécessité de ce que nous possédons. Je t'invite à discuter avec Dieu de la manière dont tu peux jeûner, faire du tri et libérer de l'espace pour ce qui est important à ses yeux et qui fait du bien à ton âme (cf. Pr 16,8). *JB*

MARDI 24 FÉVRIER | Eccl 5,1b « Dieu est au ciel, et toi, tu es sur la terre. Que tes paroles soient donc peu nombreuses. » Connais-tu ces moments où les mots te manquent et où tu ne sais plus comment t'exprimer ? Tu n'as pas besoin de formuler une prière parfaite pour que Dieu te comprenne. Il connaît ton cœur. Lorsque nous sommes sans voix ou dépassés, le Saint-Esprit intercède pour nous et présente à Dieu nos désirs inexprimés (Rom 8,26). Parfois, le silence en dit plus que beaucoup de mots, car Dieu voit le cœur. Dans ces moments-là, je prononce souvent cette simple prière : « Seigneur Jésus-Christ, Fils de Dieu, aie pitié de moi ». Parfois, moins peut exprimer plus (cf. Mt 6,7). *JB*

MERCREDI 25 FÉVRIER | 1 S 14,6b BDS « Rien ne l'empêche de sauver par un petit nombre aussi bien que par un grand. » Dieu recherche les fidèles, les cœurs dévoués, ceux qui placent leur confiance et leur foi en lui. Il a choisi Israël par grâce, et non en raison de sa grandeur ou de sa puissance. Pour Jonathan et Gédéon aussi, ce n'est pas le nombre qui comptait, mais la foi courageuse d'une poignée d'hommes. Dieu peut accomplir de grandes choses à partir de peu, précisément là où nous sommes faibles et fragiles. Prions pour que le Saint-Esprit nous donne la paix afin que nous puissions affronter la tempête avec sérénité et relever nos défis (cf. Jg 7,1-8). *JB*



« DEMEURE TRAN-
QUILLE, [APPUYÉ] SUR
L'ÉTERNEL, ET
ATTENDS-TOI À LUI. »
PSAUMES 37,7a JND

JEUDI 26 FÉVRIER | Ex 16,18 BDS « Celui qui en avait ramassé beaucoup n'avait rien de trop, et celui qui en avait pris moins n'en manquait pas. » Dieu pourvoit à nos besoins afin que nous ayons suffisamment. Mais que signifie « suffisamment » lorsque certains possèdent peu et d'autres davantage ? Ou pire, quand certains manquent du nécessaire alors que d'autres vivent dans l'abondance ? La réponse consiste à ne pas se comparer, mais à gérer fidèlement ce que Dieu nous a confié. Si nous traversons des moments de manque, encourageons-nous les uns les autres à avoir confiance qu'il pourvoira à nos besoins (cf. 2 Co 8,1-15). *JB*

VENDREDI 27 FÉVRIER | Lc 9,58 « Jésus lui répondit : Les renards ont des tanières et les oiseaux du ciel ont des nids ; mais le Fils de l'homme n'a pas un endroit où il puisse reposer sa tête. » Jésus est né dans des conditions précaires, dans une étable. La crèche symbolise l'humilité divine, la simplicité et la présence de Dieu dans le monde, silencieuse et discrète. Dès le début, il a montré l'exemple d'une vie de disciple et de dévouement total. Vivre dans la foi exige un cœur prêt à se mettre en route pour suivre Jésus fidèlement et le prendre pour modèle. Demande à Dieu de te faire sortir de ta zone de confort. C'est là où la croissance et l'apprentissage commencent (cf. Lc 2,7). *JB*

SAMEDI 28 FÉVRIER | Mt 5,6 « Heureux ceux qui ont faim et soif de justice, car ils seront rassasiés. » Tant de choses semblent injustes, la souffrance du monde peut être décourageante. Pourtant Jésus nous

encourage à avoir faim et soif de justice. Qu'est-ce que cela signifie pour ma vie ? C'est un exercice délicat que de ne pas s'ériger en juge soi-même. Je crois que nous pouvons rendre visibles les voies de Dieu en nous engageant avec sagesse, par l'intercession et le jeûne, en faveur de causes importantes où règne l'injustice. « Jésus, fais régner la justice dans ce monde injuste ! » (cf. Jn 6,35). *JB*

DIMANCHE 1er MARS | Mt 5,40 « Si quelqu'un veut te faire un procès et prendre ta chemise, laisse-lui encore ton manteau. » Aime ton prochain comme toi-même : c'est un commandement que Jésus nous a donné. Mais que faire si cette personne m'a blessé, a été injuste ou si j'ai du mal à l'aimer ? Dois-je quand même faire du bien à quelqu'un comme ça ? C'est beaucoup demander. Jésus dit que suivre ses enseignements signifie renoncer à la vengeance, pour agir avec amour, patience et générosité. « Jésus, donne-moi de l'amour pour les personnes difficiles ! » (cf. 1 Co 6,7). *JB*

DIFFERENT

LUNDI 2 MARS | Ps 37,7b-8a « Ne t'irrite pas contre celui qui réussit dans ses entreprises, contre l'homme qui réalise ses méchants projets ! Laisse la colère, abandonne la fureur ! » Nous sommes souvent des experts pour nous énerver contre les autres : l'automobiliste qui force le passage dans les bouchons, le voisin qui perce des trous chaque dimanche, ou l'équipe de football qui semble toujours être favorisée par l'arbitre. Mais Dieu nous appelle à une vie différente, une vie où nous lui faisons confiance et ne laissons pas de place à la colère. « Seigneur, je suis désolé de laisser trop de place à la colère. Je te la confie. » (cf. Jc 1,19-20) *MT*

« VOUS ME CHER- CHEREZ ET VOUS ME TROUVEREZ. » JÉRÉMIE 29,13A

MARDI 3 MARS | Mt 20,26 BDS « Qu'il n'en soit pas ainsi parmi vous. Au contraire : si quelqu'un veut être grand parmi vous, qu'il soit votre serviteur. » Dans le monde, on nous pousse à nous prendre pour le personnage principal : nous sommes les héros, tout tourne autour de nous. Dans notre société, cela mène souvent au succès. Mais pour le royaume de Dieu, Jésus nous montre une attitude complètement différente : celui qui se croit important doit se faire petit et servir les autres. Le meilleur exemple en est Jésus : Dieu se fait homme, sert les plus petits et lave les pieds de ses disciples (cf. Jn 13,4-5). Discute avec Dieu : est-ce que je sers mon propre succès ou les autres ? *MT*

MERCREDI 4 MARS | Pr 27,2 « Que ce soit un autre qui fasse ton éloge, et non ta bouche, un étranger, et non tes lèvres. » Nous sommes passés maîtres dans l'art de la mise en scène. Sur les réseaux sociaux, nous aimons nous montrer sous notre meilleur jour et rechercher la reconnaissance. Pourtant, la Bible nous enseigne autre chose : sois humble, et si tu veux louer quelqu'un, loue Dieu (cf. 2 Co 10,17). Tout ce que nous sommes et tout ce que nous avons vient de lui. Où cherches-tu encore ta propre gloire au lieu de celle de Dieu ? Cherche aujourd'hui trois raisons de l'honorer. *MT*

JEUDI 5 MARS | Mt 3,8 « Produisez donc du fruit qui confirme votre changement d'attitude. » Les gens qui venaient se faire baptiser par Jean avaient compris qu'ils devaient changer de vie. Mais tous n'ont pas manifesté cette prise de conscience. La Bible aborde notre comportement d'une manière inattendue : nous n'avons pas besoin d'une vie parfaite pour que Jésus nous accepte. En revanche, l'Écriture nous met au défi de montrer, par notre façon de vivre, que notre repentance est sincère et que nous suivons vraiment Jésus. Y a-t-il des domaines chez toi où cela n'est pas encore visible ? Demande à Dieu de t'ouvrir les yeux à ce sujet. *MT*

VENDREDI 6 MARS | Pr 11,25 BDS « Qui répand la bénédiction connaîtra l'abondance ; qui donne à boire aux autres sera lui-même désaltéré. » Le karma enseigne : qui fait le bien reçoit le bien, qui fait le mal récolte le mal. Parfois, la Bible semble aller dans le même sens. Mais l'œuvre de rédemption de Jésus révèle une tout autre réalité : lui qui n'a fait que le bien a été exécuté pour nos mauvaises actions. C'est grâce à cela que nous pouvons venir à Dieu. Quant à la récompense pour nos bonnes actions, nous la recevrons au plus tard au ciel (cf. Mt 6,20). Demande à Dieu à qui tu peux faire du bien concrètement aujourd'hui. *MT*

SAMEDI 7 MARS | Mt 18,4 « C'est pourquoi, celui qui se rendra humble comme ce petit enfant sera le plus grand dans le royaume des cieux. » Dans les sociétés anciennes, les enfants n'étaient pas considérés comme particulièrement précieux, car ils étaient perçus comme dépendants, faibles et immatures. Mais Jésus dit que nous devons devenir comme des enfants : dépendants de Dieu et pleins de confiance, tout comme un enfant fait confiance à son père (cf. Mc 10,15). Quelle que soit ta relation avec ton père biologique, Dieu est différent. C'est lui le Père parfait. Lui fais-tu confiance ? Crois-tu qu'il a de bonnes intentions à ton égard, comme un père parfait envers son enfant ? *MT*

DIMANCHE 8 MARS | Rm 7,4b NFC « Ainsi vous appartenez maintenant à un autre, c'est-à-dire à celui qui a été ressuscité d'entre les morts afin que nous portions du fruit pour Dieu. » Contrairement à une vie sans Jésus, nous n'avons plus à craindre de devoir gagner notre salut par nos propres efforts. Le salut par la foi nous donne la liberté d'utiliser notre énergie pour porter du fruit pour Dieu. Toutefois, ce fruit ne repose pas sur notre propre performance, mais sur notre relation avec Jésus (cf. Jn 15,1-8). Merci, Jésus, pour tous les fruits que tu as déjà fait naître dans et à travers ma vie. *MT*

PLUS PROFOND

LUNDI 9 MARS | Jér 29,13a « Vous me chercherez et vous me trouverez. » Ce message parvient aux exilés à Babylone, alors qu'ils sont loin de leur patrie. Dieu se révèle comme un Dieu qui se laisse trouver. Mais cette quête n'est pas à sens unique : lui-même nous cherche avec une passion inébranlable, comme l'illustre l'histoire du fils prodigue (cf. Lc 15). Trouver quelque chose est merveilleux, que ce soit des œufs de Pâques ou Dieu lui-même. Où et comment le cherches-tu aujourd'hui ? Et te laisses-tu aussi trouver par lui ? *AB*

MARDI 10 MARS | Ps 116,10 BDS « Oui, j'ai gardé confiance même quand je disais : je suis trop malheureux » Il est facile d'avoir une foi enthousiaste quand la vie s'écoule paisiblement. Mais même un Jean-Baptiste peut voir son cri puissant « Voici l'agneau de Dieu ! » se transformer en un doute : « Es-tu celui qui doit venir, ou devons-nous en attendre un autre ? » La foi n'a rien à voir avec le volume sonore. Elle a plutôt à voir avec la persévérance. Et avec le fait de se laisser porter par Dieu. Une bonne prière pour aujourd'hui : « Tiens-moi. » *AB*

MERCREDI 11 MARS | Phil 4,4 NFC « Réjouissez-vous d'être unis au Seigneur. Je le répète : réjouissez-vous ! » En Afrique du Sud, j'ai demandé à un vendeur de rue joyeux comment il allait : « 100% bien ! » Moi : « Pourquoi ? » Il m'a répondu, étonné : « Je suis béni, car j'ai pu me réveiller ce matin. Tout le monde n'a pas eu cette chance. Pourquoi ne devrais-je pas aller 100% bien ? » Cela m'a ouvert les yeux sur ce bruit de fond de gratitude et de joie, qui persiste quelles que soient les circonstances. Discute avec Dieu des choses qui te rendent heureux (cf. Es 61,10). *AB*

JEUDI 12 MARS | Pr 4,23 « Garde ton cœur plus que toute autre chose, car de lui jaillissent les sources de la vie. » Certaines des plus grandes guerres se livrent au seuil même de notre cœur. Il arrive si vite que l'on se sente incompris, que l'on se blesse mutuellement et que notre âme s'écorche, laissant notre cœur usé et à vif. Les gens blessés blessent les autres. Laisse donc Dieu te soigner encore et encore, laisse-le guérir tes plaies. Demande à Dieu de garder ton cœur (cf. Mt 12,34). *AB*

VENDREDI 13 MARS | 2 Co 12,9a BDS « Mais il [le Seigneur] m'a répondu : « Ma grâce te suffit, c'est dans la faiblesse que ma puissance se manifeste pleinement. » La Bible regorge de personnages aux grandes faiblesses qui, grâce à l'intervention de Dieu, ont accompli des miracles. Cela correspond à mon expérience. Là où je suis faible, il y a de la place pour lui. Pourtant, une grande partie de moi cherche encore à briller par mes propres forces. Quel projet risque d'échouer ces jours-ci si Dieu n'intervient pas ? Parles-en avec lui. *AB*

SAMEDI 14 MARS | Pr 18,4 « Les paroles d'un homme sont des eaux profondes, la source de la sagesse est un torrent qui jaillit. » Les mots ont un pouvoir incroyable. Ils peuvent démolir ou construire, détruire ou donner la vie, déclencher une guerre ou apporter la paix. Ils sont bien trop souvent utilisés sans réfléchir et causent des dégâts. Prie Dieu de te donner aujourd'hui les mots justes. Qu'il t'aide à te taire quand le silence est de mise, et à prononcer des paroles de vie là où les gens en ont besoin. *AB*

DIMANCHE 15 MARS | 1 Co 13,13 « Maintenant donc, ces trois choses restent : la foi, l'espérance et l'amour ; mais la plus grande des trois, c'est l'amour. » C'est un accord parfait grandiose. Trois vertus sur lesquelles, en tant qu'humain, nous échouons sans cesse. Nous manquons de foi, nous sombrons dans le désespoir, et lorsqu'il s'agit d'aimer, nous assurons souvent le service minimum. Dieu est la source de tout : il fait grandir la foi, donne l'espérance et nous rend capables d'aimer. Connecte-toi à cette source par la prière (cf. 1 Thess 1,3). *AB*

RENVERSEMENT

LUNDI 16 MARS | Ps 22,28a « Tous les peuples de la terre se souviendront de l'Eternel et se tourneront vers lui » Quelle perspective époustouflante ! Dans notre monde déchiré, on peine à imaginer cela autrement que par une uniformisation politique mondiale imposée. Mais ce n'est pas la méthode de Dieu. Lorsque les peuples font demi-tour pour revenir à lui, ils redécouvrent leur ADN originel : le fait qu'ils ont été créés pour lui. Prions pour nos « peuples », afin que cette prise de conscience grandisse. Où en voyons-nous déjà les prémices ? (cf. Phil 2,9-11) *SF*

MARDI 17 MARS | Ps 42,2 « Comme une biche soupire après des cours d'eau, ainsi mon âme soupire après toi, ô Dieu. » Aujourd'hui, on crierait au cerf : « Boire, c'est surcoté ! » Mais non, sans eau, le cerf meurt. Nous avons besoin de Dieu, plus que de l'air pour respirer, plus que la nourriture ou la boisson physique. Perçois-tu ce besoin existentiel, cette soif de Dieu en toi ? Ou est-elle enfouie sous la char-

ge mentale quotidienne, le chagrin ou les futilités ? Demande à Dieu de nourrir cette soif (cf. 1 Tim 4,10). *SF*

MERCREDI 18 MARS | 2 Co 5:17 « Si quelqu'un est en Christ, il est une nouvelle créature. Les choses anciennes sont passées ; voici, toutes choses sont devenues nouvelles. » En revenant à Dieu, nous sommes recréés. Remarque bien la forme passive ! Cette nouvelle création n'est pas le fruit des efforts humains, mais le grand cadeau de Dieu. Le mot « nouveau » signifie également « sans précédent ». C'est l'encouragement pour aujourd'hui : même après de nombreuses années de vie chrétienne, « quelque chose de sans précédent » peut encore apparaître. Merci, Jésus-Christ ! (cf. Gal 6,15) *SF*

« MAINTENANT DONC, CES
TROIS CHOSES RESTENT :
LA FOI, L'ESPÉRANCE ET
L'AMOUR ; MAIS LA
PLUS GRANDE DES TROIS,
C'EST L'AMOUR. »
1 CORINTHIENS 13,13

JEUDI 19 MARS | Ez 34,31a « Vous, mes brebis, brebis dont je suis le berger [...] je suis votre Dieu ! » Je doute que les moutons oublient un jour qui est leur berger. Pourtant, les paroles insistantes de Dieu montrent que nous, humains, le faisons bien trop souvent. Dieu affirme clairement sa propriété : vous m'appartenez, à moi et à personne d'autre. Prions aujourd'hui pour que notre confiance en ce Berger devienne toujours plus profonde, même, et surtout, lorsque nous ne nous trouvons pas dans de verts pâturages ou près d'eaux paisibles (cf. Jn 10,7-18). *SF*

VENDREDI 20 MARS | Rm 12,2a « Ne vous conformez pas au monde actuel, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence. » En grec, « conversion » (metanoia) signifie « changement de mentalité ». Dieu ne veut pas d'une rénovation superficielle, il veut notre être intérieur. Si nous le laissons faire, il renouvelle nos motivations, nos aspirations, nos espoirs et nos craintes afin que nous nous conformions aux normes de son royaume. « Jésus, s'il te plaît, renouvelle mes pensées jour après jour ! » (cf. Éphésiens 2,10) *SF*

SAMEDI 21 MARS | 2 Co 5,7 « Car nous marchons par la foi et non par la vue. » Voir un jour Dieu face à face sera le point culminant de toute notre existence. Mais pour l'instant, notre relation avec Dieu n'est pas définie par la vue, mais par la foi. Pourtant, ce n'est pas tâtonner dans le brouillard. Les promesses inébranlables de Dieu sont des balises lumineuses pour notre foi. Prions aujourd'hui pour nos frères et sœurs persécutés, afin qu'ils soient encouragés sur leur chemin. (cf. 2 Co 4,17-18). *SF*

DIMANCHE 22 MARS | Phil 3,13b NFC « J'oublie ce qui est derrière moi et je m'élance vers ce qui est devant moi. » Notre vie à la suite de Jésus-Christ est tournée vers l'avant ! Nous ne sommes pas défi-

nis par notre passé, mais par le sien. La foi en sa mort et en sa résurrection il y a 2000 ans nous ouvre un avenir magnifique vers lequel nous pouvons tendre. Paul l'appelle le « prix de la victoire ». Laissons Dieu détourner notre regard lorsque nous fixons trop ce qui est derrière (cf. Lc 9,62). *SF*

PLUS

LUNDI 23 MARS | Ps 115,1 BDS « Non pas à nous, ô Éternel, non pas à nous, mais à toi seul la gloire, pour ton amour et ta fidélité ! » Regarder vers le haut nous aide à trouver notre chemin dans ce monde compliqué où tout semble tourner autour de notre propre personne. Pourtant, il y a tant à découvrir de sa grâce. Alors aujourd'hui, regardons où Dieu a montré sa fidélité dans notre vie et remercions-le pour cela (cf. Ac 4,12). *YB*

MARDI 24 MARS | 2 Rois 4,3 « [Élisée] dit : « Va demander des vases dans la rue, chez tous tes voisins, des récipients vides, demandes-en un grand nombre. » Dieu a plus à nous offrir que nous ne le pensons. Pourtant, nous avons souvent l'impression inverse. Nous nous sentons seuls et en manque : trop peu de vie spirituelle, trop peu de passion pour Dieu. Mais auprès de lui, l'abondance est inépuisable. Demande aujourd'hui la plénitude de son Esprit pour ton quotidien (cf. Ps 81,11). *YB*



« SACHEZ-LE, CELUI QUI
SÈME PEU MOISSONNERA
PEU, ET CELUI QUI SÈME
ABONDAMMENT MOIS-
SONNERA ABONDAMMENT. »
2 CORINTHIENS 9,6

MERCREDI 25 MARS | 2 Co 9,6 « Sachez-le, celui qui sème peu moissonnera peu, et celui qui sème abondamment moissonnera abondamment. » Où est la récolte ? Nous semons et espérons, mais parfois, rien ne semble pousser. Cependant, Dieu a promis : celui qui sème abondamment récoltera abondamment. Le but des semences est toujours le fruit qui en résulte. C'est pourquoi nous voulons prier aujourd'hui pour la moisson à venir. Car là où des graines tombent, du fruit naîtra, peut-être différemment de ce que nous attendons, mais assurément au bon moment. Faisons-lui confiance : la récolte viendra, même si nous ne la voyons pas encore (cf. Pr 11,24). *YB*

JEUDI 26 MARS | Luc 12,23 « La vie est plus que la nourriture, et le corps plus que le vêtement. » J'aime manger avec les autres et vivre la communion fraternelle. Mais ce qui touche vraiment mon cœur, ce sont les conversations profondes qui en découlent. Au quotidien, je croise beaucoup de gens qui profitent simplement de la vie et se réjouissent des plaisirs évidents. Et pourtant, je me demande : où trouvons-nous la profondeur de Dieu là-dedans ? Regardons en arrière avec reconnaissance et rendons-lui gloire, car la vie consiste en bien plus que manger, boire et s'habiller (cf. Mt 6,24-34) *YB*

VENDREDI 27 MARS | Éph 3,20a « À celui qui peut faire, par la puissance qui agit en nous, infiniment au-delà de tout ce que nous demandons ou pensons... » Croyons-nous vraiment Dieu capable de plus grand que ce que nous voyons pour l'instant ? Souvent, nous limitons son action à ce que nous avons nous-mêmes vécu. Mais peut-être Dieu nous invite-t-il aujourd'hui à voir plus loin : vers ce que nous espérons encore et vers les prières qu'il connaît depuis longtemps. Prie avec courage pour l'impossible – et aie confiance que Dieu ouvrira des chemins là où nous n'en voyons pas (cf. Jn 14,12). *YB*

SAMEDI 28 MARS | Ap 21,4 « Il essuiera toute larme de leurs yeux, la mort ne sera plus, et il n'y aura plus ni deuil, ni cri, ni douleur, car ce qui existait avant a disparu. » Quelle promesse ! Plus de souffrance, plus de larmes, plus de douleur – un jour, tout cela sera fini. Parfois, j'aspire à vivre cela dès aujourd'hui. Mais le royaume de Dieu commence déjà maintenant – dans les petits moments où le ciel touche la terre. Nous vivons dans cette tension : espérant ce qui va venir et reconnaissants pour ce que nous pouvons déjà entrevoir. Prie pour que cette espérance reflorisse en toi et remplisse ton cœur d'une confiance céleste (cf. Es 65,17-19). *YB*

DIMANCHE 29 MARS | Ps 118,25-26a « Éternel, accorde donc le salut ! Éternel, donne le succès ! Béni soit celui qui vient au nom de l'Éternel ! » Aujourd'hui, nous célébrons le dimanche des Rameaux, un jour plein d'espoir. Le roi fait son entrée à Jérusalem et le peuple l'acclame. Le Sauveur est venu et l'espoir est dans l'air. Aujourd'hui, nous pouvons prier : « Fais que je sois une part de cette espérance — dans mes actions, mes paroles et mes pensées. Permits-moi d'être une source de bénédictions et d'espoir dans ma vie quotidienne. » (cf. Mt 21,1-11) *YB*

TOUT OU RIEN

LUNDI 30 MARS | Ps 116,1 « J'aime l'Éternel, car il entend ma voix, mes supplications. » Dieu se révèle comme un sauveur – il aime nous libérer, nous les humains, de toutes sortes de détresses (cf. Ps 18,2-3). L'expression la plus forte de l'amour salvateur de Dieu est Jésus-Christ : son nom « Yeshua » signifie « Yahvé sauve ». Où ai-je vécu l'intervention de Dieu dans la détresse ? Dans quel domaine puis-je l'implorer maintenant ? Dieu sauve ! Cela fait partie de sa nature. *MR*

MARDI 31 MARS | Rm 8,31 « Que dirons-nous donc de plus ? Si Dieu est pour nous, qui sera contre nous ? » Dieu est pour nous. Il vaut la peine de laisser cette vérité pénétrer profondément notre cœur et de ne jamais l'oublier. Depuis que le serpent a calomnié Dieu au paradis, nous doutons sans cesse de ses bonnes intentions (cf. Gn 3,5). Mais sur la croix, Dieu a prouvé qu'il était prêt à aller jusqu'au bout pour nous (cf. Rm 8,32). Prions pour que cela façonne à nouveau notre image de Dieu. *MR*

MECREDI 1er AVRIL | Luc 9,23 « Si quelqu'un veut être mon disciple, qu'il renonce à lui-même, qu'il se charge [chaque jour] de sa croix et qu'il me suive. » Si nous comprenons bien ce verset, nous avons de quoi avaler difficilement notre salive. À l'époque, « porter sa croix » signifiait marcher vers une mort honteuse. Est-ce que je suivrais aussi Jésus si je savais avec certitude que cela me coûterait la vie ? C'est ainsi que Jésus et les disciples comprenaient ces paroles à l'époque. Prions pour avoir cette disposition de cœur (cf. 2 Co 4,11). *MR*

JEUDI 2 AVRIL | Éph 5,1-2a « Soyez donc les imitateurs de Dieu, puisque vous êtes ses enfants bien-aimés, et vivez dans l'amour. » Dieu nous a montré l'exemple d'une culture familiale céleste entièrement imprégnée d'amour. C'est elle que Paul décrit dans 1 Cor 13. Suis-je en train de m'intégrer de plus en plus dans cette culture ? Qu'est-

« MAIS VOICI COMMENT DIEU
PROUVE SON AMOUR ENVERS
NOUS : ALORS QUE NOUS ÉTIONS
ENCORE DES PÉCHEURS,
CHRIST EST MORT POUR NOUS. »
ROMAINS 5,8

ce qui me met particulièrement au défi aujourd'hui ? Prions pour que nous puissions grandir dans cet amour. *MR*

VENDREDI 3 AVRIL | Rm 5,8 « Mais voici comment Dieu prouve son amour envers nous : alors que nous étions encore des pécheurs, Christ est mort pour nous. » Dieu est pour nous. Totale. Jusqu'à l'extrême. Non pas parce que nous le méritons, mais par pur amour (cf. Jn 3,16). Cet amour a conduit Jésus à la mort et nous a conduits à la vie. Nous ne pouvons rien y faire, mais nous sommes invités à croire en lui et à le remercier. *MR*

SAMEDI 4 AVRIL | Phil 1,21 « En effet, Christ est ma vie et mourir représente un gain. » Nous allons tous mourir. Nous considérons généralement cela comme une perte. Paul nous montre que, grâce au Christ, le contraire est possible : par la foi en lui, la mort devient la fin d'une étape – notre « course » terrestre (cf. 2 Tim 4,6-8) – et le passage vers une nouvelle dimension de la vie en présence de notre Père céleste. Le Christ nous a précédés là-bas et nous invite à le suivre. Peux-tu lui exprimer ta confiance ? *MR*

DIMANCHE 5 AVRIL | 1 Pi 1,3b « Il nous a fait naître de nouveau à travers la résurrection de Jésus-Christ pour une espérance vivante. » Par sa résurrection, le Christ est devenu le pionnier de la nouvelle création de Dieu (cf. 1 Cor 15,20), pour ainsi dire le prototype d'une nouvelle humanité qui n'est plus soumise à la mort. Nous sommes invités à faire partie de cette nouvelle création, dont l'achèvement dépasse de loin notre imagination. « Christ en vous, l'espérance de la gloire de Dieu ! » (Col 1,27) Remercions Dieu pour cette merveilleuse perspective ! *MR*

AUTEURS

Jaël Binggeli, Alliance évangélique suisse (JB)
Yannek Blank, 24-7 Prayer CH (YB)
Andreas « Boppi » Boppert, Campus pour Christ (AB)
Mirjam Braunschweiler, Alliance évangélique suisse (MB)
Stefan « Sent » Fischer, Ligue pour la lecture de la Bible (SF)
Manuel Rapold, Campus pour Christ (MR)
Michael Trottmann, Société biblique (MT)



PERSPECTIVES

Pâques est là. Nous sommes arrivés à la fin de notre voyage Passion40 de cette année. Merci beaucoup de nous avoir permis d'être tes guides !

Que dirais-tu de faire une petite pause pour profiter de la vue ? Pourquoi ne pas prendre un moment, en guise de conclusion, pour passer en revue ce que tu as vécu et partagé avec Dieu durant ces 40 jours ? Une dernière halte, un regard reconnaissant en arrière, avant de reprendre ta route. Où le Saint-Esprit t'a-t-il parlé ? Quel passage t'a semblé difficile ou t'a particulièrement interpellé ? Qu'est-ce qui t'a enrichi et qu'emportes-tu avec toi pour la période après Pâques ?

Je te souhaite de garder en toi l'écho de ce qui est essentiel pour la prochaine étape de ton chemin. Et je te souhaite de rester en conversation et en marche avec Jésus – bien au-delà de Pâques.

Nicole Schröder
Amen Magazin, Campus für Christus

PS : Ton retour nous ferait grand plaisir. Ces impulsions t'ont-elles aidé à laisser consciemment de la place à Dieu ? Comment as-tu vécu ces quarante jours et quelles expériences as-tu faites avec Jésus ou le Saint-Esprit ? Envoie-nous un message à info@passion40.ch. Nous publierons les témoignages de manière anonyme et au fil de l'eau sur passion40.ch.

INFORMATIONS POUR COMMANDER



Tu peux commander la brochure imprimée sur notre site web passion40.ch, par e-mail à info@passion40.ch ou par téléphone au +41 44 274 84 84.

La brochure est gratuite. Nous serions très heureux de recevoir un don pour l'initiative de prière Passion40 :
IBAN CH26 0900 0000 8001 4986 5 (au nom de Campus für Christus Schweiz)

PASSION40 DIGITAL

Les réflexions quotidiennes sont également disponibles en version numérique, par exemple sous forme de plan de lecture sur bibleserver.com et YouVersion.com.



Vous trouverez les liens sur notre site web passion40.ch. N'hésitez pas à nous suivre sur Instagram ([passion40.ch](https://www.instagram.com/passion40.ch)).

DATES

18 FÉVRIER - 19 MARS 2026

30 jours de prière pour le monde islamique
30tagegebet.de

16 MARS - 5 AVRIL 2026

Move Challenge d'Athlètes in Action
180 000 pas avant Pâques en 21 jours
athletes.ch/amc

6 - 13 SEPTEMBRE 2026

La Semaine mondiale de prière
Une semaine de prière non-stop à travers le monde
24-7prayer.com/gwp-2026

11 - 21 SEPTEMBRE 2026

10 jours de prière pour le peuple juif
10tagegebet.de/10-jours-de-priere/

2 - 8 NOVEMBRE 2026

Prayday
La semaine de prière pour les écoles et les universités
prayday.ch

NOVEMBRE 2026

15 jours de prière pour le monde hindou
each.ch/initiatives-de-priere

10 - 17 JANVIER 2027

Semaine de prière de l'Alliance
allianzgebetswoche.ch

POURQUOI JEÛNER ?

Le jeûne a pour but de nous aider à dégager du temps pour Dieu. Avant que les 40 jours ne commencent, prie et examine devant Dieu ce à quoi tu souhaites renoncer et dans quelle mesure (par ex. un repas par jour, un aliment plaisir, les réseaux sociaux, les actualités, les séries, les loisirs ou d'autres activités). L'objectif est d'utiliser ce temps libéré pour écouter Dieu, prier et te plonger dans sa Parole. Pendant le Carême, les 40 jours qui précèdent Pâques, les chrétiens jeûnent depuis des siècles et se préparent ainsi à la fête de la Résurrection.

PS : Ceux qui font le calcul remarquent qu'il y a 46 jours entre le mercredi des Cendres et le Samedi saint. Le temps de jeûne ne dure pourtant que 40 jours, car traditionnellement, on ne jeûne pas les dimanches et les jours fériés, ceux-ci étant considérés comme des célébrations anticipées de la Résurrection.

PRIER ET JEÛNER ENSEMBLE

Que diriez-vous de créer des groupes de prière locaux et régionaux dans lesquels des chrétiens se réuniraient régulièrement pour s'encourager mutuellement et prier ensemble ? Cela peut se vivre à deux ou à trois, comme prière de quartier, en inter-églises, en famille, entre amis, pendant la pause avec des collègues, le matin, à midi ou le soir. Ce temps de jeûne est aussi l'occasion idéale pour organiser, en tant qu'Église, une semaine de prière ou une chaîne de prière et de jeûne.

Conseils & outils



RESPONSABLE



Bibellesebund
Industriestrasse 1
8404 Winterthur
blb.ch



Campus für Christus /
Amen Magazin
Hohlstrasse 535
8048 Zürich
cfc.ch/amen-magazin.ch



Schweizerische
Evangelische
Allianz

Schweizerische
Evangelische Allianz
Josefstrasse 32
8005 Zürich
each.ch



24-7 PRAYER CH

24-7 Prayer CH
Postfach 170
3612 Steffisburg
24-7prayer.ch